

С.С. Русаков

## Практика субъективации в стоической философии Марка Аврелия

**Русаков Сергей Сергеевич** – кандидат политических наук, доцент. Автономное образовательное учреждение высшего образования Ленинградской области «Государственный институт экономики, финансов, права и технологий». Российская Федерация, 188300, Ленинградская область, г. Гатчина, ул. Рошинская, д. 5

ORCID: 0000-0003-2919-7866

e-mail: rusakovsergey456@gmail.com

Статья посвящена анализу философских построений одного из представителей позднего стоицизма – Марка Аврелия. Интерес к работам последнего «хорошего императора» связан с историческим исследованием Мишеля Фуко, направленным на изучение этического учения Марка Аврелия и на декларируемые им практики заботы о себе. Работа, проведенная французским мыслителем, с одной стороны, вызывает глубокий интерес с точки зрения интегрирования стоических практик в общую концепцию субъективации, т.е. самопостроения субъективности человека. С другой стороны, проведенный Фуко анализ не носит систематического характера, и идея Марка Аврелия представлена им отрывочно и обобщенно. Цель данной статьи – дать систематический обзор практик субъективации (заботы о себе), встречающихся в его переписке с Фронтонем и в его дневнике, получившем название «Наедине с собой». Среди представленных практик можно выделить следующие: техника написания себя, досмотр сознания, духовное познание, упражнение в памяти, упражнение последнего дня. В статье показано, какие вариации этих упражнений встречаются у других философов античности, и насколько преобразались эти техники заботы о себе с развитием стоицизма. В ходе анализа указывается, как именно каждая практика должна оказывать влияние на формирование субъективности, и каким образом должен формироваться субъект в представлении философов позднего стоицизма.

**Ключевые слова:** Мишель Фуко, Марк Аврелий, субъективация, стоицизм, забота о себе, духовные практики

Античная философия известна своим стремлением объяснять бытие через концепт космоса, в рамках которого разворачивается непрерывное становление. Теория субъекта в том виде, в котором она устоялась в эпоху Нового Времени, в этом периоде не работает. Тем не менее само понятие субъекта встречается как у софистов в виде носителя субъективно-практического опыта на основе чувственности, так и у Сократа в виде носителя объективной истины на основе логически выверенных понятий и категорий. Платон установил, что субъектом является человек как результат формирования государством личности, освоившей общие нормы и формы человеческой культуры – права, морали, эстетики, философии и т.д. Аристотель также предлагал понимать субъект как сочетание души и разума человека, цель которого – заниматься познанием окружающего мира. То есть уже классический этап античной философии предполагал, хоть и в форме неформализованной рациональности [Колесников, 2000], концепцию субъектно-объектных отношений.

Однако в эллинистический период сформировался целый ряд школ, так или иначе продолжавших развивать концепцию субъекта и его взаимоотношений с объектом с разных позиций. Из наиболее крупных направлений мы можем выделить стоиков, киников, скептиков, эпикурейцев, а чуть позже – неопифагорейцев и неоплатоников. Наиболее устойчивой и гибкой к различным культурным и политическим изменениям среди этих школ стала стоическая традиция философствования, венцом которой являются размышления последнего из пяти «хороших императоров» Антонинов – Марка Аврелия.

Принято считать, что философия Марка Аврелия скорее пессимистична, чем стоически тверда в своих установках. «Пессимистический героизм» (А.Н. Чанышев), «разочарованность, усталость» (В.Г. Иванов), «трагическая безысходность» (А.А. Столяров), «чувства полной беспомощности, слабости, ничтожества и покинутости человека, доходящие до совершенного отчаяния и безысходности» (А.Ф. Лосев) – самые распространенные оценки творчества последнего успешного императора Антонина [Лосев, 2010, 314]. Мнение западных антиковедов схоже – «мрачное смирение» (П. Вендланд), «скептицизм мышления» (Дж. Рист), «вечная критика последнего стоика» (Р. Додс) [Адо, 2005, 131].

Встречаются и другие, более взвешенные и принимающие во внимание всю специфику римского стоицизма оценки. К примеру, С.Н. Кочеров указывает на многочисленные признаки оптимизма в учении Марка Аврелия, которые не могут являться отражением его болезненного состояния или упадка в римской истории того периода, учитывая его энергичное правление и сам факт того, что стоицизм до христианства являлся неофициальной государственной идеологией [Кочеров, 2016].

С другой стороны, многие западные специалисты рассуждают об учении Марка Аврелия с иных позиций. Э. Вигардт считает, что стоицизм представляет собой философию для практики жизни, а не только теоретическую систему, как во времена старшей греческой Стои. Философия Марка Аврелия, по его мнению, это прежде всего «практическое применение древней мудрости, образ жизни и руководство к действию» [Wiegardt, 2010, 5]. Пьер Адо неоднократно упоминает философа-императора в контексте активного развития

духовных упражнений античной философии [Адо, 2005, 134]. Будучи некоторое время коллегой Адо, Мишель Фуко также уделял значительное внимание Марку Аврелию как составителю целого арсенала практик духовного совершенствования. Именно здесь и находится стык теории субъекта, имевшей место в высокой классике античного периода и в философии Нового Времени, и теории субъективации, предложенной Фуко в качестве дополняющей теории, в которой бы учитывался аспект, связанный со становлением человека как морального и этического субъекта, практикующего духовность и культуру себя.

В действительности, духовные и моральные практики, предлагаемые единственным философом античности, занявшим трон императора Римской империи, представляются интересными в контексте развивающейся в античности заботы о себе. Фуко обращается к Марку Аврелию в своих курсах лекций и в третьем томе «Истории сексуальности».

В рамках этого небольшого исследования необходимо выделить несколько упражнений и сфер заботы о себе, так как забота о себе определяется не только как личные упражнения, но и общественная деятельность. «Культура себя» эпохи римской империи включает

...уход за телом, и режим, помогающий поддерживать здоровье, и постоянные физические упражнения, и по возможности умеренное удовлетворение потребностей. Здесь и размышления, и чтение, и составление выписок из книг или записей бесед, к которым стоит возвращаться, и припоминание истин, хорошо известных, но требующих более глубокого осмысления» [Фуко, 1998, 59].

Существуют несколько способов структурирования заботы о себе, которые отражают практики субъективации – у Диогена Лаэртского, Мусония Руфа, Псевдо-Плутарха. На основе их классификаций предлагается следующая структура для анализа – основные принципы (у стоиков это принцип внимания или «προσοξβε»), физические упражнения (связанные с гимнастикой или питанием), интеллектуальные и собственно духовные упражнения.

В основе субъективации Марка Аврелия лежит определенная цель – приобретение «*παρασκευή*» (латинский вариант – «*instructio*»), то есть набора достаточных и необходимых практик и знаний, которые делали бы нас сильнее и устойчивее перед превратностями судьбы. Забота о себе ставила перед собой цель совершенствования для поддержания своей духовной формы, подобно тому, как атлет должен поддерживать свое тело в тонусе. У Марка Аврелия эта цель описывается в VII книге и называется искусством жизни.

Основным принципом всех стоиков является принцип внимания (греч. «*προσοξβε*»). Принцип предполагает не само внимание, а скорее напряжение ума, постоянную бдительность и присутствие духа. Особенностью Марка Аврелия как представителя римского стоицизма является оригинальность в понимании многих моментов в стоической концепции. Поэтому у него мы наблюдаем три принципа, которые во многом являются частностями к принципу «*προσοξβε*». Он называет их наставлениями (греч. «*παρασηματα*»), то есть основами образа жизни римлянина и мужа. Первое наставление – помнить

о необходимости ориентироваться на благо, второе – помнить о том, что наше мнение и суждение зависит от нас самих, это основа свободы человека, третье – для человека есть только одна реальность и одно время – настоящее, а не забытое прошлое или туманное будущее. В сущности эти три принципа-наставления не противостоят ни античной культуре, ни стоическому принципу внимания, скорее они конкретизируют последний.

Физическим упражнениям «философ на троне» уделяет мало внимания. Фуко указывает, что в переписке с Фронтоном выявляются три сферы заботы о себе, которые мы можем отнести к физическим упражнениям – диететика, экономика и эротика [Фуко, 2007, 184]. Под диететикой понимается комплексный подход ко всему, что касается здоровья: вопросы гигиены, вопросы питания, физические упражнения и анализ качества сна. Экономика включает в себя исполнение религиозных и семейных обязанностей: разговоры с родственниками, посещение различных религиозных обрядов (похороны, праздники, пиры) и физический труд, который обязателен для формирования себя. Эротика охватывает целый ряд вопросов о том, что есть любовь, может ли она быть между двумя мужчинами или женщинами, насколько сексуальные отношения влияют на сферу любви и др.

Большая часть «*παράσκειυ*» у императора Марка Аврелия строится вокруг совокупности интеллектуальных упражнений и духовных практик. Среди интеллектуальных практик можно выделить технику написания себя (фр. «*l'écriture de soi*» – у Фуко), которая отражается в переписке с Фронтоном. Среди духовных: 1) упражнение по разложению на составные части (или духовное познание мира); 2) досмотр души, обращение на себя; 3) упражнение в памяти (греч. «*ύπομνήματα*»); 4) упражнение последнего дня (греч. «*μελέτη τάνατος*»).

Начиная с III в. до н.э. в стоической традиции устанавливается практика ведения записей, переписок, дневников и т.д. Начиная с I в. н.э., то есть, если говорить об опыте среднего и позднего стоицизма, мы видим весьма многочисленные сочинения и соответствующие практики письма как отношения к самости (рекомендации, советы и указания ученикам и т.д.). В период Римской Империи молодых людей не только обучали хорошему поведению, когда им преподавали уроки, но и впоследствии учили задавать вопросы, высказывать свое мнение, формулировать такие мнения в форме уроков и, наконец, в дидактической форме. Доказательства тому мы обнаруживаем в текстах Сенеки, Эпиктета, Марка Аврелия [Foucault, 1988].

Ведение дневника является часто используемой практикой в античной и стоической традициях. Первенство памяти, как элемента греческой практики себя, соотносится с пренебрежением к будущему и положительному отношению к прошлому времени. Считалось, что рассудительные люди именно благодаря памяти обладают теми благами, которых у них уже нет. Память выполняет роль концентрации души вокруг уже прожитого времени, уже прошедшего опыта, который не должен быть забыт, и раскрывает перед человеком историю его жизни. Человек, который не использует свою память, со временем все чаще впадает в беспамятство, забывает, как суммировать свои возможности и рассматривать свою жизнь в ее целокупности, в результате чего нарушается возможность «обращения на себя» – духовной практики. Сенека,

к примеру, утверждал, что для обретения подлинной независимости, помимо всего прочего необходимо иметь возможность прогуляться по тропинкам нашей памяти [Фуко, 2007, 507]. Поэтому ведение дневника или переписки – важнейшая часть субъективации.

У Марка Аврелия, как и у Сенеки, встречается техника написания себя. В этом повествовании о себе или об отношении к себе четко выделяются два элемента, которые впоследствии станут ключевыми пунктами всей культуры написания себя: 1) описание состояния души и тела, т.е. здоровья; 2) описание деятельности или досуга в течение дня.

Первый элемент – это вопросы здоровья, традиционно являющиеся частью переписки. Постепенно эти вопросы приобретают масштабы подробного описания телесных ощущений, впечатлений, недомогания, различных расстройств, которые можно было испытать. Задача старшего в переписке – дать советы по диететике, которые полезны для своего корреспондента. Иногда речь также идет о напоминании о влиянии тела на душу, об исцелении первого посредством ухода за вторым. Ярким примером является LXXVIII письмо Сенеки к Луцилию: оно в основном посвящено проблеме «правильного восприятия» болезней и страданий [Сенека, 2001, 171–179].

Письмо начинается с воспоминания о тяжелой юношеской болезни, от которой страдал Сенека и которая сопровождалась моральным кризисом. Болезнь воспринимается Сенекой как зло, для сопротивления которому требуются как физические, так и духовные силы, которых Сенеке не хватало. Много раз он решался покончить с существованием, но мысль о пожилом возрасте отца удерживала его. Помимо концентрации на себе и воспоминаниях об отце выздоровлению способствовали прогулки и общение с друзьями, которые за ним ухаживали.

Второй элемент связан с передачей корреспонденту подробностей о своей повседневной жизни. Рассказ о своем дне важен не из-за самих событий, а из-за того, насколько дни должны быть похожи друг на друга и дисциплинированы, что говорило бы о качестве бытия. В той же переписке Сенеки и Луцилия часто встречается обязательство жить под чужим взглядом и в подробностях описывать свои будни. Ценность строгого и одинакового распорядка дня состоит в способности не отвлекаться от единственного, что важно – заботы о себе.

Переписка Марка Аврелия и Фронтоня является ярким примером практики написания себя. Она состояла в том, чтобы сделать себя своим собственным инспектором и, таким образом, оценивать свои ошибки и возобновлять правила поведения, которые всегда должны иметься в виду. Ничто не указывает на то, что это «дневное обозрение» приняло форму письменного текста. Таким образом, представляется, что только в эпистолярных отношениях, где необходимо поставить или обнажить себя перед другим человеком, техника досмотра сознания была сформулирована как письменное повествование о себе: повествование о повседневной банальности, правильных или неправильных действиях, режиме дня, физических или умственных упражнениях и т.д.

Письма хорошо показывают, как написание себя соотносится с практикой досмотра сознания: день заканчивается, и незадолго до сна необходимо совер-

шить своеобразное чтение всего прошедшего дня. В вечерних раздумьях развертывается свиток, в котором записаны действия всего дня, и эта воображаемая книга памяти воспроизводится на следующий день в письме, адресованном тому, кто является одновременно наставником или другом.

Как ведение дневника, так и переписка с наставником необходима для сохранения своей памяти и укрепления своей субъективации. В случае, если человек отступает от своих ежедневных распорядков, нарушает свой «askesis», задача как дневника, так и переписки – вернуть его к нормальному распорядку дня, привести взгляд нарушителя обратно в соответствии с его постоянной природой или логосом. Таким образом, переписка или вся традиция написания себя связана с двумя духовными упражнениями – упражнением в памяти и досмотром сознания.

Техника досмотра души в античности появляется в разных вариациях: у пифагорейцев, которых считают авторами этой техники, встречается название «досмотр сознания», а у Мусония Руфа – «упражнение по самоконтролю». В стоической традиции оно обнаруживается, например, у Сенеки в трактате «О гневе», где дано описание этого упражнения:

Завершив дневные труды и удалившись на ночь ко сну, он вопрошал свой дух: «От какого недуга ты сегодня излечился? Против какого порока устоял? В чем ты стал лучше?». Гнев станет вести себя гораздо скромнее и перестает нападать на нас, если будет знать, что каждый вечер ему придется предстать перед судьей. Что может быть прекраснее такого обыкновения подробно разбирать весь свой день? [Сенека, 2001, 174].

У Марка Аврелия досмотр сознания встречается в начале V книги, где он дает описание утреннему досмотру и подготовке сознания. «Если тебе не хочется подыматься чуть свет, то скажи себе: “Я встаю, чтобы приняться за дело человеческое. Неужели я буду досадовать, что иду на дело, ради которого я создан и послан в мир!”» [Марк Аврелий, 2019, 56], а в VIII книге встречается продолжение: «Не смущай своего покоя... Сосредоточься на своем деле, вникни в него, и помни о том, что тебе надлежит быть хорошим человеком» [Там же, 110]. Таким образом, важным в этом упражнении является сочетание двух целей: 1) выполнение своих обязанностей, вклад в общество; 2) соблюдение строгих этических установок, которые бы отвечали требованию «доброто римлянина» или «хорошего человека».

Утренний досмотр заключается в том, чтобы ставить перед собой цели и задачи, продумывать используемые средства и руководства для выполнения обязанностей. Далее по тексту последний античный стоик указывает, что любой человек утром должен готовиться к предстоящему труду, будь он танцовщицей или императором. Это в очередной раз подчеркивает направленность данных упражнений на укрепление субъективации.

Духовное познание у Марка Аврелия является синтетическим упражнением, то есть сочетанием интеллектуальной деятельности с элементами медитации. Оно имеет множество названий – «упражнение по разложению на составные части», которое Фуко называет также «эйдетической или ономастической медитацией». Для полного понимания сути этого упражнения надо обратиться к пассажу Марка Аврелия, который анализируется как Фуко, так

и Адо. В пассаже он подробно говорит о том, как необходимо смотреть на вещи для их разумного познания и принятия [Фуко, 2007, 318]. По сути, это упражнение предстает перед нами как прообраз современного общенаучного анализа, который применяется в различных дисциплинах. Если выделить по пунктам метод анализа Марка Аврелия, то он будет выглядеть так:

Первая стадия – «βλέπειν», то есть созерцание в чистом виде, сосредоточение на предмете с целью описать и определить его так, чтобы отделить условности и иллюзорные предубеждения об этом предмете для того, чтобы увидеть его в «чистом» виде, обнаженным и без примесей. Используя метод анализа каждой вещи можно дойти до самой сути, понять ее внутреннюю природу и тем самым оценить их по достоинству. Это упражнение представляет собой разоблачение иллюзорности, разрушение различных мифов и предубеждений, которые касаются того или иного предмета. Сохранить господство над собой, не быть подверженным чарам, сохранить собственную свободу – вот основные цели.

Вторая стадия – «διάρεσις» («разложение на части»), требование мысленно разложить предмет на составные части. Предполагается разделение предмета по количественному (на несколько вещей) и качественному (на составные части единого целого) признакам. Чем более мелкие детали мы получим в конце, тем правильнее будет наш взгляд на предмет. Разделить предмет на составные части и увидеть мельчайшие его элементы необходимо для того, чтобы не бояться и не поклоняться этому предмету, избегать всяких ошибочных суждений.

Третья стадия – «ελεῦκτειν», то есть испытание вещи, означающее необходимость определить значимость или ценность предмета. Ценность, связь с миром, значение для граждан и для себя самого – этот ряд синонимов подводит нас к тому, чем должно завершаться это упражнение. Основной целью, помимо тренировки ума, является разоблачение различных вещей, с которыми человек может столкнуться в природе и в каждодневной жизни и которые могут его поработить. Упражнение состоит в том, чтобы составить по возможности наиболее точное и детальное представление о ком-то и с его помощью лишить его ореола, видимости величия, создаваемой окружением, убрать украшения, которые могут привлечь к нему или внушить страх. Цель всех трех стадий упражнения, по Марку Аврелию, состоит в возвышении души (греч. «μεγαλόφρωνο»), то есть в приобретении подлинного величия путем установления согласия с мировым Логосом.

Очевидно, что это упражнение одновременно предназначено для развития как интеллектуальных, так и духовных качеств. Именно заключительный этап этого упражнения приводит нас уже к духовному аспекту этого упражнения. Фуко описывает эти три стадии как упражнение по темпоральной декомпозиции, упражнение по разложению на составные части и дисквалифицирующее описание [Там же, 677]. Французский исследователь настаивает, что метод, предложенный Марком Аврелием, целиком и полностью меняет нашу оценку предметов и событий человеческой жизни. Таким образом, в интеллектуальных упражнениях просматриваются результаты, которые влияют на субъективацию через духовное самосовершенствование.

Техники обращения на себя в разных формах и с разными названиями существовали дольше всех остальных, вплоть до позднего Средневековья в виде отшельничества монахов. У Марка Аврелия описание отрешения в себя, ухода в себя (греч. «ἀναχώρησις εἰς ἑαυτόν») встречается, к примеру, в IV книге «Размышлений». Первоначальное отрешение означает некоторое отступление от мира, способность оборвать все внешние связи с ним, но при этом не покидать ни своего тела, ни своего места пребывания. Целью упражнения является особое состояние души, давно устоявшееся в стоической традиции, зафиксированной, например, в XIV письме Сенеки Луцилию, где он описывает блаженство души через понятия «tranquillitas» и «securitas», т.е. состояние внутреннего покоя и безопасности от внешних воздействий. Далее, после отрешения, у Марка Аврелия, как и во всей стоической «культуре себя», наблюдается собственно техника обращения.

Обращение на себя – это способность не только отрешиться от окружающего мира, но и поставить себя в центр мира и его понимания, установить связь с самим собой в своем бесконечном измерении. Обращение на себя связано с фундаментальным признаком античной философии – с установкой познания самого себя. Поворот души на себя означает необходимость отвернуться от ежедневной окружающей суеты и перестать проявлять любопытство к слухам о других людях, об их неудачах или успехах. Необходимо делать усилия над своими желаниями и любопытством (греч. «πολυπράγμων») и концентрироваться на своих делах или изучении природы, в том числе на установленном природой законе мироздания (греч. «λόγοι»).

Существовало две формы обращения – платоновская «ἐπιστροφή» и христианская «μετάνοια». Первая предполагала констатацию собственного незнания и принятие решения о познании себя и заботы о себе, то есть постоянной работы над собой с целью трансформировать себя. Вторая форма предполагала резкую и внезапную перемену через покаяние, связанную с разрывом с собой и со своей прошлой жизнью, с полным обновлением и радикальным переворотом души, с последующей постановкой в центр мира Бога. Безусловно, стоическая концепция была ближе к платоновской традиции, что подтверждается такими фразами из «Размышлений» Марка Аврелия, как «посмотри на себя» («blepe se»), «наблюдай за собой» («observe te»), «обрати свой взор на себя» («se respicere») и др. [Марк Аврелий, 2019, 103].

«Упражнение в памяти», или «ὑπομνήματα» как термин используется для обозначения практики ведения своего рода «книги жизни», в которой пишут цитаты из прочитанных книг, услышанные вещи, примеры действий, которые кто-либо видел, слышал или о которых читал или которые приходили на ум. Практика «ὑπομνήματα», в попытке концентрироваться на настоящем, переориентирует внимание на прошлое, и фактически приводит к обладанию прошлым, которым можно наслаждаться в полной мере и без помех. В III книге Марк Аврелий указывает на то, что каждый должен собрать к старости записи о древних греках и римлянах, чтобы обращаться к ним по необходимости [Там же, 36]. Техника включает в себя комплекс мер: чтение, перечитывание, медитацию, беседы с самим собой или другими. Собираение дискурса истины через



«ὕλομνήματα» является средством субъективации индивидуумом, и в этом Фуко развивает три ключевых момента [Kerklaan, 2018].

Первое состоит в том, что написание «ὕλομνήματα» основывается на чтении и понимается как способ смягчения опасностей постоянного или истощающего чтения. Сенека, например, формулирует эту опасность как своего рода «рассеивающий эффект», который приводит к слабости (лат. «stultitia») характера, рожденной из-за чрезмерного умственного возбуждения и озабоченности по поводу будущего. Это состояние часто становится проблемой для новичков, которые готовятся стать философами или политиками, читая слишком много книг и формируя дурную практику хаотичных мыслей. Частично чтение, частично записи в практике собирания памяти являются средством наведения порядка ума и противодействия «stultitia».

Второй момент заключается в том, что этот дискурс истины неоднороден; написание «ὕλομνήματα» – это регулярная и преднамеренная практика собирания разрозненных идей, мыслей. Например, Сенека находит ценность в том, чтобы отмечать значительные рассуждения, взятые не только из стоического дискурса, но и также из тех рассуждений, которым противостоит стоицизм, например из эпикурейства. У Сенеки «ἡυροννήματα» является средством установления отношений разными фрагментами истины, позволяющим преодолеть проблему отсутствия истины в ее цельном виде. То есть сбор элементов истины становится более важным по сравнению с оригинальными текстами, имеющими один источник.

Третий и последний момент заключается в том, что субъективация осуществляется путем написания «ὕλομνήματα» именно в его объединении разнородной истины и собиранием памяти определенным человеком. «ὕλομνήματα» рассматривается как объединение разнородных дискурсов истины и концентрации этой истины в одном человеке. Истина, над которой работает индивид через упражнения в собирании памяти, укрепляет его как субъекта-носителя истины.

Марк Аврелий показывает нам пример практики собирания разных цитат в XI книге своих «Размышлений», начиная с 22-го по 39-й параграфы. В действительности эти части его дневника являются цитатами, взятыми у разных философов. Параграф 23 и параграфы 33–36 принадлежат «Беседам» Эпиктета, параграфы 37–38 взяты из платоновских диалогов «Критий» и «Федон», параграфы 25, 28 и 39 взяты из неизвестных источников, 26-й параграф изъят у Сенеки, 27-й и 30-й параграфы взяты у пифагорейцев, параграф 22 – у Эзопа, а параграфы 31 и 32 списаны из «Одиссеи» Гомера [Kerklaan, 2018]. Таким образом, Марк Аврелий своим примером показывает практику сбора и концентрации памяти, формируя свой собственный свод моральных наставлений, которые он вычитал у разных авторов.

С другой стороны, упражнение в памяти может выражаться не только в ведении записей, но и в мысленном конструировании своих отношений с людьми из прошлого. В отличие от других стоиков и философских направлений, которые предлагают упражнения, связанные с мысленным представлением плохих ситуаций или фантазий о своем последнем дне, устное упражнение в памяти предполагает сравнение своей жизни с жизнью своих предшественников с тем, чтобы дать оценку своим добродетелям, целям, намерениям или

деяниям. К примеру, Марк Аврелий призывает «вспоминать о древних, отличавшихся добродетелью» [Марк Аврелий, 2019, 176] или вспоминать «тех, кто предавались чрезмерному негодованию или превзошли всех в славе? Где все это теперь?» [Там же, 187].

«Упражнение последнего дня» или «μελέτη τάνατος» – это крайняя форма рассуждения о зле. Тема смерти являлась одной из ключевых в античной культуре. С помощью мысли достичь вершины зла, т.е. смерти – вот цель этого упражнения. Оно также занимает высокое положение, поскольку стимулирует субъективацию до уровня, при котором человек становится независим даже при угрозе смерти.

По мнению Адо, упражнение последнего дня занимает особое место в античной культуре, его часто рассматривают как одно из наиболее важных не только для философов, но и для тех, кто хочет иметь господство над самим собой [Адо, 2005, 41–52]. Это особая форма познания себя, особенный взгляд, который человек направляет сам на себя с точки зрения смерти. Данное упражнение можно смело называть упражнением последнего дня, поскольку среди стоиков проживание дня с установкой на то, что он является последним в жизни – очень частый сюжет. К примеру, XII письмо Сенеки [Сенека, 2012, 34–38], в котором он предлагает Луцилию прожить свой день так, будто он последний в его жизни, ссылаясь на то, что подобно закату дня или концу любого времени года, клонится к концу каждый день и жизнь человека.

Фуко выделяет две особые функции этого упражнения. Во-первых, это упражнение позволяет взглянуть на жизнь сверху вниз, мысленно прервать ход занятий и течение жизни. Миг, который человек запечатлеет, позволит ему понять всю ценность и правильность (или неправильность) своих действий, поступков и т.д. Во-вторых, и тут имеется несколько иной ракурс, упражнение позволяет окинуть жизнь ретроспективным взглядом. Здесь уже происходит не остановка времени и не моментальный снимок жизни человека, а охват всего того, что было сделано за жизнь, и объективная оценка всего того, что было совершено и что было достигнуто. Таким образом, главная цель этого упражнения – это взгляд на себя в настоящий момент и ретроспективный взгляд на себя для наиболее правильного и адекватного оценивания своего поведения и деятельности.

Воля к жизни или воля к власти у античного человека гораздо сильнее, чем у современного человека. Самодисциплине уделялось также очень большое внимание, особенно в имперский период античности (что тесно связано с историей и особенностями Римской Империи), однако, нельзя сказать, что сейчас ситуация схожа. Античный человек, практикующий «заботу о себе», обладал гораздо более сильным осознанием себя как субъекта. Изложенная в «Размышлениях» и в переписке Марка Аврелия со своим учителем Фронтоном философия была нацелена на создание внутреннего дисциплинирующего дискурса, контролирующего поток собственных мыслей и исполнения правил поведения в повседневной жизни [Hadot, 1998, 244].

Резюмируя изложенные выше соображения, можно дать общую характеристику той частной, но находящейся в фарватере стоической традиции, модели субъективации, предложенной Марком Аврелием. Во-первых, в предложен-

ной модели названы три принципа или наставления, которым необходимо следовать. Первое наставление – в своих действиях ориентироваться на Благо, второе – помнить о том, что наше мнение зависит только от нас самих и не должно складываться из мнений других, третье – нацеливаться только на настоящее, лишь иногда вспоминая прошлое, но игнорировать будущее. Во-вторых, модель показывает пример техники написания себя, которая встречается как в дневнике Марка Аврелия, так и в переписке с Фронтоном. В-третьих, модель предполагает ряд духовных практик, таких как упражнение по разложению на составные части, досмотр души, обращение на себя, упражнение в памяти, упражнение последнего дня. В своей совокупности предлагаемый Марком Аврелием опыт является ярким примером культуры заботы о себе, активно развивавшейся в имперский период античности.

### The Practice of Subjectification in the Stoic Philosophy of Marcus Aurelius

*Sergei S. Rusakov*

State Institute of Economics, Finance, Law and Technology. 5 Roschinskaya Str., Leningrad region, Gatchina, 188300, Russian Federation.

ORCID: 0000-0003-2919-7866

e-mail: rusakovsergey456@gmail.com

The article is devoted to the analysis of philosophical constructions of Marcus Aurelius, one of the representatives of late Stoicism. The interest in the works of the last “good emperor” is connected with the historical study of Michel Foucault, aimed at studying the ethical teachings of Marcus Aurelius and his declared practices of self-care. The work carried out by the French thinker, on the one hand, is deeply interesting from the point of view of integrating Stoic practices into the general concept of subjectification, i.e., the self-construction of human subjectivity. On the other hand, Foucault’s analysis is not systematic, and his idea of Marcus Aurelius is presented in a fragmented and generalized way. The aim of this article is to provide a systematic overview of the practices of subjectification (self-care) found in his correspondence with Fronton and in his diary, entitled *Alone with Myself*. Among the practices presented are the following: the technique of writing oneself, the inspection of consciousness, spiritual cognition, the exercise of memory, and the exercise of the last day. The article shows what variations of these exercises are found in other philosophers of antiquity, and how far these techniques of self-care transformed with the development of Stoicism. The analysis points out exactly how each practice should influence the formation of subjectivity, and how the subject should be formed in the view of the philosophers of late Stoicism.

**Keywords:** M. Foucault, Marcus Aurelius, subjectivation, stoicism, self-care, spiritual practices

## Литература / References

- Адо П. Духовные упражнения и античная философия. М.; СПб.: Степной ветер: ИД «Коло», 2005.
- Ado, P. *Duhovnye upragneniya i antichnaya filosofiya* [Spiritual Exercises and Ancient Philosophy]. Moscow; St. Petersburg: Stepoi veter; ID Kolo Publ., 2005. (In Russian)
- Колесников А.С. Становление проблемы субъекта: от Декарта до современной философии // Формы субъективности в философской культуре XX века. СПб.: Санкт-Петербургское философское общество, 2000. С. 10–25.
- Kolesnikov, A.S. “Stanovlenie problemy sub”ekta: ot Dekarta do sovremennoj filosofii” [Formation of the Problem of the Subject: From Descartes to Modern Philosophy], *Formy subektivnosti v filosofskoi kulture XX veka* [Forms of Subjectivity in Philosophical Culture of the 20th Century]. St. Petersburg: St. Petersburg Philosophical Society Publ., 2000, pp. 10–25. (In Russian)
- Кочеров С.Н. Стоический оптимизм Марка Аврелия // Schole, СХОЛЭ. 2016. № 2. С. 559–570.
- Kocherov, S.N. “Stoicheskii optimizm Marka Avreliia” [The Stoic Optimism of Marcus Aurelius], *Schole*, 2016, No. 2, pp. 559–570. (In Russian)
- Лосев А.Ф. Эллинистически-римская эстетика // Лосев А.Ф. Юбилейное собр. соч. Т. 9. М.: Мысль, 2010.
- Losev, A.F. “Ellinisticheski-rimskaia estetika” [Hellenistic-Roman Aesthetic], in: A.F. Losev, *Ubileinoe sobranie sochinenii* [Anniversary collection], Vol. 9. Moscow: Mysl’ Publ., 2010. (In Russian)
- Марк Аврелий. Наедине с собой. М.: АСТ, 2019.
- Marcus Aurelius. *Naedine s soboi* [Alone with Myself]. Moscow: AST Publ., 2019. (In Russian)
- Сенека Луций Анней. Нравственные письма к Луцилию. М.: АСТ: Астрель, 2012.
- Seneca Lucius Annaeus. *Nravstvennye pisma k Lutsiliuu* [Moral Letters to Lucilius]. Moscow: AST: Astrel Publ., 2012. (In Russian)
- Сенека Луций Анней. Философские трактаты. СПб.: Алетея, 2001.
- Seneca Lucius Annaeus. *Filosofskie traktaty* [Philosophical Treatises]. St. Petersburg: Aleteya Publ., 2011. (In Russian)
- Фуко М. Герменевтика субъекта: Курс лекций, прочитанных в Коллеж де Франс в 1982–1983 учебном году. СПб.: Наука, 2007.
- Foucault, M. *Germenevtika subiekta Kurs leksii pročitannykh v Kollezh de Frans v 1982–1983 uchebnom godu* [Germeneutics of the Subject: A Course of Lectures Delivered at the Collège de France in the 1982–1983 Academic Year]. St. Petersburg: Nauka, 2007. (In Russian)
- Фуко М. История сексуальности-III: Забота о себе. Киев: Дух и литера: Грунт; М.: Рефл-бук, 1998.
- Foucault, M. *Istoriia seksualnosti-III: Zabota o sebe* [The Story of Sexuality III: Taking Care of Yourself]. Kiev: Duh i litera; Grunt; Moscow: Refl-buk Publ., 1998. (In Russian)
- Foucault, M. “Technologies of the Self”, *Lectures at University of Vermont. Oct. 1982*. Amherst: Univ. of Massachusetts Press, 1988, pp. 16–49.
- Hadot, P. *The Inner Citadel. The Meditations of Marcus Aurelius*. Harvard: Harvard UP, 1998.
- Kerklaan, N. “Foucault and the Writing of the Self in Marcus Aurelius’ Meditations”, *Concordia University*, 2018, pp. 1–39 [https://spectrum.library.concordia.ca/984108/1/Kerklaan\_MA\_F2018.pdf, accessed on 12.11.2019].
- Wiegardt, E. *The Stoic Handbook*. San Diego, California: Wordsmith Press, 2010.